

Bu Jutsu

Técnicas de combate

Santos Nalda, José

Editorial: Alas

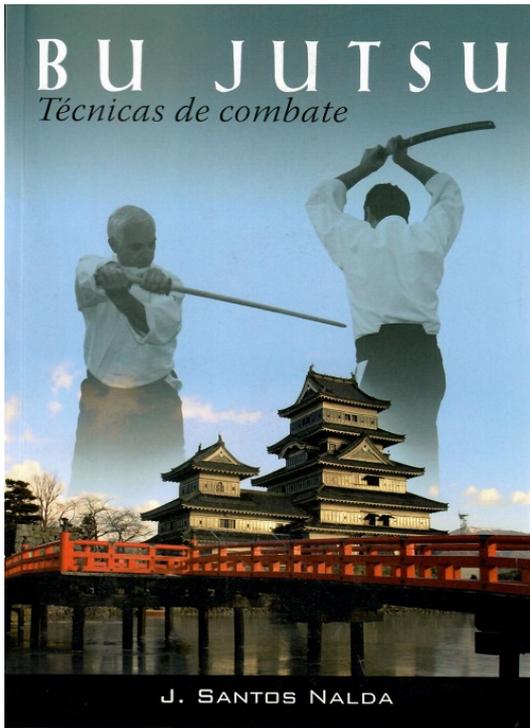
ISBN: 9788420304472

Páginas: 389

Dimensiones: 17.0 x 23.5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 20,00 €



SINOPSIS

Bajo el nombre genérico de BU JUTSU se agrupaban los diferentes sistemas de combate con armas que practicaban los Samuráis en las épocas guerreras entre los siglos X y XVI al objeto de aumentar su destreza y eficacia en la lucha con lanza, sable, arco, cuchillo, etc. Aunque pudiera parecer que las diferentes disciplinas mostradas en este libro son anacrónicas, la realidad es que cada una de ellas posee unos valores formativos que merecen perdurar en el tiempo. El lector, o el budoka, que quiera iniciarse en ellas descubrirá que la propuesta de cada entrenamiento es muy amplia pues se ocupa de todos los aspectos de la personalidad. En el ámbito físico mejorará la resistencia física, la coordinación, la agilidad, los reflejos... En el ámbito técnico-táctico aprenderá cómo hacer buen uso de la energía, el sentido de la oportunidad (tiempo y espacio), la rapidez en percibir y responder, actuar con acierto en cada ocasión, a no dejarse sorprender... En el ámbito psicológico se ejercitará en conservar la serenidad, a descubrir las intenciones del otro, a concentrarse en el aquí y ahora, a mantener la alerta permanente, a no dejarse influenciar por nada, a superar los miedos... En el ámbito ético reconocerá la conveniencia de respetar los valores del Bushido, de practicar el fair-play en los entrenamientos y competiciones, y de establecer lazos de sincera amistad con otros practicantes... Además de ser un amplio, excelente y emocionante complemento del Judo, el Karate, el Jiu Jitsu, el Aikido, el Kendo, el Kyudo, etc., el Bu jutsu estructurado de acuerdo a una metodología moderna, constituye un sistema de formación holística de inmediata y gran utilidad en la vida cotidiana, por las actitudes y valores que se ejercitan.